

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Лицей №1»,
город Усолье-Сибирское

Практика

«ЭкоКомп: экологическая исследовательская и проектная компетенции
лицейского педагога»

Авторы:

Борис Наталья Анатольевна, заместитель директора (89086521488,
nataliboris_22@mail.ru)

Вараксина Елена Вячеславовна, педагог-психолог

Рудакова Лариса Васильевна, преподаватель-организатор ОБЖ

Денисенко Евгения Борисовна, учитель английского языка

Браташ Светлана Петровна, учитель химии

Тюкавкина Марина Геннадьевна, учитель биологии

Лыкова Людмила Александровна, педагог-организатор

Давыдова Елена Николаевна, учитель английского языка

Контактная информация

Город Усолье-Сибирское, Комсомольский проспект, 51

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Лицей
№1»

Комсомольский проспект, 51

Директор: Нечаева Вероника Геннадьевна

8 (39543) 62235, 63665

Электронный адрес <mbou_lyceum1@mail.ru>

Сайт: <https://lyceum1.ru/>

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ. ПЕДАГОГ-ЭКОЛОГИЧНАЯ ЛИЧНОСТЬ.

Цель: создание условий для развития педагога как экологичной личности, для формирования экологических исследовательской и проектной компетенции

Задачи

- Постижение и развитие экологичной педагогики
- Формирование умений (компетенций) педагога в области проектирования экологических исследований
- Разработка и внедрение интегрированного метода обучения педагога в естественной среде, создающего условия психофизической саморегуляции, стрессоустойчивости и оздоровления участников
- Передача ЭкоКомп обучающимся

Прогнозируемые результаты

- Модель экологичной личности педагога
- Описание среды, формирующей экологические исследовательские и проектные компетенции педагога

Экологическая компетенция - как целостное личностное образование, часть профессиональной культуры, становление которой предполагает постоянное совершенствование педагогов в разных сферах

Экологическая компетенция как прогнозируемый результат экологического образования приобретает акмеологическую направленность потому, что требует совершенствования субъектов деятельности по многим параметрам личности

Экологическая исследовательская и проектная компетенции педагога актуальны на сегодняшний день и в связи с реализацией Национального проекта «Образование», и в связи с реализацией ФГОС. Актуализируем еще одно очень важное значение (первостепенное) экологической компетенции педагога - формирование экоцентристского типа экологического сознания, экологизация всей деятельности человека и превращение ее во взаимодействие с природой. Н.Н. Моисеев: «Сегодня от учителя в первую очередь... зависит не только судьба цивилизации, но и сохранение человека на планете».

Экология - интеграция знаний (естественных, технических, гуманитарных) и опыта деятельности человека при взаимодействии его с окружающей средой (природной и социальной) (Г.К. Селевко).

Экологичной личностью, по В.Я.Ясвину, является личность, обладающая экоцентрическим типом экологического сознания. Экоцентрический тип экологического сознания характеризуется тремя главными особенностями:

- 1) психологической включенностью человека в мир природы,
- 2) субъектным характером восприятия природных объектов,
- 3) стремлением к непрагматическому взаимодействию с миром природы.

Соответственно, эти же особенности являются и характеристикой экологичной личности.

Мы это пытаемся формировать у педагога через постижение экологической этики – учения о моральных отношениях природы и человека, которое основано на принятии природы как морального партнера, равноправии всего живого и ограничении потребностей и прав человека.

<http://www.abccba.ru/abc88.php>

Как справедливо полагает С.Д. Дерябо, развитие сознания на основе экологической этики «представляет собой кардинальную смену образа мира, которую можно, пожалуй, сравнить с тем переворотом в сознании, который был произведен Коперником — сменой геоцентрической модели солнечной системы на гелиоцентрическую. Как тогда Земля потеряла статус центра вселенной и его заняло солнце, так и теперь человек должен отказаться от представления о себе, как «центре» природы, мира, а это место должен занять принцип экологической целесообразности, «экологический императив». <http://www.ecoethics.ru/old/b06-4/10.html>

Принципы:

- 1) принцип субъект-субъектных отношений человека и природы, вытесняющий традиционные антропоцентристские отношения, при которых природа выступает для человека как объект воздействия и использования, и заменяет их принципиально иными, необходимыми для равноправного диалога человека и природы, которая выступает здесь как Иной субъект;
- 2) принцип «благоговения перед жизнью», требующий «относиться с благоговением к каждому живому существу и уважать его как собственную жизнь» (А. Швейцер);
- 3) «экологический императив» (Н. Моисеев) — принцип, предъявляющий требования-«повеления» людям: учитывать одинаковую уязвимость человека и природной среды; не допускать превышения ее «пределов прочности»; не вступать в противоречие с природными закономерностями; исключить из обихода «старые» принципы полезности и целесообразности, заменяя их новыми — «этико-био-экологизированными».

С 27 июня по 01 июля 2019 года (ООЦ «Галактика») в рамках Региональной андрагогической форсайт-сессии «Навыки и стратегии, строящие дорогу к успеху» (Опыт организации инновационной работы лица, реализации Программы развития «Шаги к успеху», формирования экологической компетенции), для педагогов Иркутской области был разработан и проведен мастер-класс «ЭкоКомп:

экологическая компетентность», автор Денисенко Евгения Борисовна, учитель английского языка (Приложение №1 «Опорный конспект педагогического проектирования» «Презентация «Экологическая этика»)

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ.

Логика педагогического проектирования представляет собой

- анализ ситуации и формулировка проблем;
- выдвижение идей в рамках заданных ценностей и темы, которые могут способствовать решению проблем;
- построение модели желаемого педагогического объекта в соответствии с ведущими идеями и ценностями;
- формулировка предположения о способах достижения целей, формулировка вариантов поэтапной деятельности;
- установление критериев оценки ожидаемых результатов;
- выбор оптимального варианта конструируемого проекта;
- конкретизация задач, которые необходимо решить для реализации замысла;
- этап реализации проекта;
- обобщение результатов, выводы, представление результатов педагогической общественности

Формы педагогического проектирования – самые разнообразные, но все они выстраиваются в технологии андрагогического взаимодействия «Обучая других – учишься сам!». Педагогический коллектив провел за годы работы на инновационной площадке много разных мероприятий, направленных на формирование экологической компетенции

Полимодалный структурный экологический практикум – выстроенная практическая деятельность в парадигме множества субъективных отношений, дающих качественно-содержательную характеристику естественных, технических, гуманитарных знаний и опыта деятельности человека при взаимодействии его с окружающей природной и социальной средой

Содержание Структурного экологического практикума (СЭП) делится на четыре направления и рассматривается как «наука неточуждения человека от природы» (экологическая педагогика)

1. СЭП «Полевой экологический практикум», который предполагает

- практикум по мониторингу окружающей среды
2. СЭП «ТРИЗ и экопрактикум» - творческий практикум, в ходе которого решаются реальные задачи борьбы с источниками экологических бедствий
 3. СЭП «Философский практикум коэволюции Человека и Природы», который предполагает практикум гармонизации взаимоотношений в триаде «природа – человек - общество»
 4. СЭП «Социально-психологический практикум взаимодействия в экосистеме», который предполагает практикум приобретения опыта взаимодействия с коллегами в окружающей среде
 5. Специальный справочный курс «Практическая экология для сибиряков» с социально-экологическими акциями

Интегрирующая образовательная идея полимодального экологического практикума – идея экологичного образования. Идея не нова! Но она до сих пор не реализована. Под экологичным образованием (мнение Н.В. Масловой) понимается такое образование, которое охватывает индивидуальную, живую систему личности и гармонизирует ее отношения с другими системами. Если человек живет в соответствии со своей внутренней природосообразностью, он экологичен – только внутренняя экологичность любой живой системы может обеспечить включенность во внешнюю природосообразность. Сравните: экологическое образование – образование в области состояния окружающей среды.

Хакатон-форум на XXII Региональном научно-педагогическом симпозиуме «Педагогические возможности исследовательской и проектной деятельности», 15 февраля 2019 года «Проектирование эколого-валеологических исследований» «Проектирование развития профильных компетенций при выполнении проекта или исследования».

В лицее были разработаны методические рекомендации по организации и проведению хакатонов-орумов

1. Этимологическая справка – справка о происхождении хакатон-форумов

Хакатон (англ. hackathon, от hack (см. хакер) и marathon – марафон) – форум разработчиков, во время которого специалисты из разных областей сообща работают в режиме проектирования решения какой-либо проблемы. Проектирование – ключевое слово.

Чтение докладов и сообщений не включается в данное мероприятие. Но участник должен подумать о том, какие педагогические возможности появляются в процессе применения исследовательских и проектных методов обучения. Технология проста и основывается на естественных законах

взаимодействия между людьми. Технология способна раскрыть знания, опыт и инновации, которые трудно обнаружить в менее открытых процессах

Хакатоны сегодня вышли далеко за рамки исключительно программистской деятельности: это социальные проекты, включающие в себя не только рабочий процесс, но также культурную программу. При этом пытливые умы участников хакатона-форума здесь находят себе друзей, партнеров и получают реальный эффект от взаимодействия.

В целом, организация хакатона – не очень сложный процесс, а результатом подобного мероприятия становится появление новых идей и проектов, которые имеют потенциал быть социально значимыми и полезными для общества, в нашем случае – значимыми и полезными для всех субъектов образовательного процесса – обучающихся, их родителей, педагогических работников, социальных партнеров

Хакатоны — это сходки, на которых специалисты из разных сфер разработки сообща трудятся над решением какой-либо задачи. Чаще всего такие собрания длятся несколько дней.

Технология STEAM (Science - Наука, Technology – Технология, Engineering – Инженерное дело, Art – Искусство, Math – Математика)

STEAM обучение состоит из шести этапов: вопрос (задача), обсуждение, дизайн, строение, тестирование и развитие. Эти этапы и являются основой систематичного проектного подхода. В свою очередь, сосуществование или объединенное использование различных возможностей является основой креативности и инноваций. Таким образом, одновременное изучение и применение науки и технологии может создать множество новых инновационных проектов. Художество и архитектура замечательный пример сосуществования.

2. Предварительные «важно» при организации хакатон-форума

Первый важный аспект хакатона – кофе, чай

Лаунж-зона или чайно-кофейная зона обязательна, обустраивается она ответственными согласно программе: скатерть, чайник, потер или термос; кофе, чай, одноразовые кружки, салфетки закупаются централизованно из фонда оргвзносов на симпозиум; предполагается свободное нахождение в лаунж-зоне или чайно-кофейной зоне

Второй важный аспект хакатона – аудитория-пространство

Кабинет ни в коем случае не должен представлять класс для проведения урока! Это должно быть совсем иное пространство для работы, на усмотрение педагогического дизайнера можно исключить вообще столы, можно кабинет поделить на групповые места, можно – круглый или квадратный стол, можно - кинозал и т.д.

Третий важный аспект хакатона – настроение

Предполагается, что педагогический дизайнер создает и свободное веселое настроение, возможно, через квик-настройку

Квик – настройка!?!... Настройка на успешную работу!

✚ Если Вы хотите нравиться людям – улыбайтесь! Улыбка – солнечный лучик для опечаленных, противоядие, созданное природой от неприятностей

✚ Вы самые лучшие и красивые, пусть все супермодели мира Вам позавидуют

✚ Есть люди подобно золотой монете: чем дольше работают, тем дороже ценятся

✚ Нет лучше любимой подруги, чем любимая работа; не стареет и стареть не дает

Четвертый важный аспект хакатона – подготовленность педагогических дизайнеров

Будьте самостоятельны и раскрепощены в процессе мыследеятельности. Уходите от стереотипов, мотивируйте сами себя на успех! Ищите материал, советуйтесь по форме!

Пятый важный аспект хакатона – инструктаж участников

Инструктаж проводится для того, чтобы четко показать отличия хакатон-форума, например, от мастер-класса; показать и, самое главное, выдержать эти отличия в течение часа 20 минут. Будут каждому педагогическому дизайнеру и участнику симпозиума в программе будут прописаны «Правила участия в хакатон-форуме»

3.Мотивация

Никакой отдельной мотивации в команде не предусмотрено. Команда заражается настроением основателей не организовывать ерунды, так и работает. Мы специально не нанимали людей с опытом. Всему обучаемся сами, всему обучаемся с нуля. Главный принцип: «Обучая других – учишься сам!»

4.Как проходят хакатоны?

Хакатон, как и его спортивный прообраз, марафон, имеет четко поставленную задачу и пути её достижения. Однако здесь участники в меньшей мере влияют на продвижение, чем педагогический дизайнер. Именно он должен понимать, как и когда делить людей на группы, какие задачи необходимо выполнять, сколько времени это займёт и т.п.

Задача хакатона - форума на симпозиуме – спроектировать продукт по теме хакатона, изложить кратко в Листке проектирования.

Чтобы определить задачи хакатона - начните с вопросов, то есть с планируемых результатов хакатона

Например, хакатон по теме: «Проектирование моделей подготовки обучающихся к исследованию». Следовательно, спроектированное пособие будет содержать в себе ответы на примерные вопросы: «Какова цель подготовки обучающихся к проведению исследования? Какие черты характера формируются в процессе подготовки? Какие модели подготовки? Где данная подготовка реализуется?»

Обычно хакатоны начинаются с презентации мероприятия в целом и конкретной темы. Затем педагогический дизайнер (а могут уже это сделать и участники) предлагает идеи и формирует команды, основанные на интересах и навыках по частям проектирования. После этого начинается непосредственно работа над проектами, которая может занимать очень много времени.

Завершаются хакатоны презентациями проектов, во время которых каждая команда делится результатами своей работы. Презентации могут носить соревновательный характер.

Хакатон – наиболее неформальный формат из всех возможных. А неформальность – огромный плюс для стеснительных авторов, сложных дизайнеров и участников-интровертов.

5. Зачем нужны хакатоны?

Хакатоны – это хорошая возможность для участников симпозиума собраться вместе и поработать над созданием какого-нибудь проекта.

- Знакомство. Хакатон – это площадка встречи участников симпозиума, где они могут познакомиться друг с другом, обменяться знаниями и идеями или придумать совместный проект, над которым будут работать в дальнейшем.
- Формирование сообщества. Хакатоны помогают создавать сети талантливых и активных людей, заинтересованных в какой-либо теме или проблеме.
- Креативный процесс работы. На хакатоне у участников есть уникальная возможность поработать в свободном, удобном для них формате, со специалистами их тех областей, с которыми они, возможно, никогда не пересекались.
- Новые знания. Формат хакатона предполагает, что участники постоянно сталкиваются с теми задачами, с которыми они не сталкивались прежде. Соответственно, обучение новому на хакатонах происходит очень быстро, и полученные знания тут же можно использовать на практике. Кроме того, вокруг находится много людей, которые могут помочь. Например, человек, находящийся рядом, может за 10 минут объяснить что-то, что потребовало бы просмотра целого видеокурса.

- Показ таланта. Для участников хакатон – это возможность показать, насколько хорошие они специалисты.
- Реализация новых идей. Являясь своего рода площадкой для экспериментов, хакатон позволяет придумывать и реализовывать совершенно новые идеи и проекты.
- Сцена стартап-проектов. Для симпозиума хакатоны могут быть особенно интересны тем, что являются сценой потенциально успешных стартапов, с которыми можно продолжить работать.

6. Еще раз - зачем это нужно?

Во время хакатона, когда небезразличные люди с абсолютно разным опытом и навыками вместе решают одну проблему, возникает **синергия**. Снижается **инерция мышления**, что позволяет находить более эффективные решения, ведь атмосфера буквально кишит нешаблонными идеями.

На таких мероприятиях можно завести знакомства со специалистами со схожими интересами и получить бесценный практический опыт в разработке в сжатые сроки, что крайне важно для новичков. Нередко можно найти команду энтузиастов для собственного стартапа.

7. Вопрос выживаемости

Самая болезненная тема для любого организатора хакатона — сколько проектов, идей из разработанных на мероприятии выживут и станут важными для организации образовательного процесса?

По большому счету, **главная задача симпозиума** — дать толчок новому, помочь ему с прототипом, командой и нужными контактами и отпустить в образовательный мир. И количество работающих проектов — прямой показатель результативности хакатона-форума

8. Правила для участников

Попробуйте выполнить эти правила:

- прийти и сделать что-нибудь новое и интересное; это правило работает для дизайнеров и участников - и те и другие могут быть авторами проектов;
- сделать за время симпозиума проект, на который никак не находилось времени;
- провести время с пользой в кругу профессионалов;
- получить большое количество контактов;
- получить обратную связь от других участников.

9. Кто ведет хакатон-форум? Педагогический дизайнер

Общепринятого «титула» у этого человека нет, он просто – главный человек. Мы выбираем «имя» этому человеку – «педагогический дизайнер», что соответствует задачам симпозиума.

Педагогический дизайнер – это тот, кто занимается педагогическим дизайном

Педагогический дизайн как теория – это область науки, занимающаяся исследованием эффективности учебных материалов и средств, которые создают благоприятные ситуации, условия и среду обитания

Педагогический дизайн как практика – это процесс разработки, создания, применения и оценки учебно-воспитательных ситуаций (условий) и средств

Исходя из наших подходов к организации и проведению хакатонов, можно скомпоновать и выполнять следующее предназначение педагогических дизайнеров

Педагогический дизайнер – это главный человек хакатона-форума, который будет вести процесс проектирования (планирования) решения проблемы проектной и исследовательской деятельности в образовательной деятельности

Педагогический дизайнер может быть не один – это еще несколько дизайнеров, это коллеги, это обучающиеся, это наставник из высшей науки и так далее

10.РИСКИ

Ожидания могут не сбыться! Очень важно понимать, что хакатон – мероприятие, где люди, безусловно, трудятся на благо одной цели, но далеко не всегда доходят до того момента, который был изначально запланирован. Часто даже многодневные собрания, организованные крупнейшими IT-компаниями, заканчиваются по сути ничем, лишь идеей или планом реализации. Поэтому смотрите на вопрос немного шире, будьте готовы оказывать поддержку авторам самых интересных идей. И только так хакатон останется в сердце каждого участника.

И в качестве примера приводим разработку хакатона Тюкавкиной Марины Геннадьевны, учителя биологии, состоящую из пояснительной записки «Алгоритмы работы» и презентации «Методологический аппарат научного исследования» (Приложение №2)

22 – 24 ноября 2018 года состоялся Байкальский международный Салон образования – 2018. МБОУ «Лицей №1» представил программу выставочных мероприятий как головной координационный центр (ГКЦ) Всероссийской научно-социальной программы для молодежи и школьников «Шаг в будущее» на территории Иркутской области, посвященную 25-летию Всероссийской научно-социальной программы для молодежи и школьников «Шаг в будущее» на Земле Сибирской

Тема «Шаговая программа для взрослых - неотъемлемая часть воспитания юных исследователей» была представлена в мастерской проектирования содержания и экспертизы научно-исследовательских работ обучающихся разных профилей «Моделирование практического занятия для формирования исследовательских навыков учащихся» или «Проектирование развития профильных компетенций при выполнении проекта или исследования»

Спикер семинара обозначал следующие блоки становления исследовательской компетентности:

- показатели и уровни исследовательской компетентности учащихся
- организация исследовательской деятельности, способы постановки проблем и задач, требования к процессу и результату
- обучение выдвигать гипотезы и задавать вопросы и другие

Становление исследовательской компетентности - это процесс добровольного перехода субъекта в позицию исследователя, осуществляющийся через внутренний источник личностного развития, в рамках которого обеспечивается свобода выбора цели, способов и средств ее реализации, ориентация на деятельность, включающую процесс рефлексии. Становление исследовательской компетентности предполагает целенаправленное, закономерное развитие навыков и умений целеполагания, целевыполнения и рефлексии в исследовательской деятельности. Исследовательская работа учащихся под руководством учителя – это титанический труд! Учитель должен сам владеть всеми навыками, компетенциями и технологиями исследовательской деятельности.

В результате работы все участники получили представление:

- о философских и методологических основаниях научной деятельности и научных методах, применяемых в исследовательской и проектной деятельности;
- о таких понятиях, как концепция, научная гипотеза, метод, эксперимент, надежность гипотезы, модель, метод сбора и метод анализа данных;
- о правилах и законах, регулирующих отношения в научной, изобретательской и исследовательских областях деятельности (патентное право, защита авторского права и др.);
- о деятельности организаций, сообществ и структур, заинтересованных в результатах исследований и предоставляющих ресурсы для проведения исследований и реализации проектов.

В современной педагогике идет процесс осмысления новых явлений и методологии развития человека, способного не только быстро и осознанно сделать личный выбор, но и представить продукт собственной деятельности. Выполнение проектных исследовательских работ по сравнению с другими формами образовательной деятельности позволяет наиболее эффективно и последовательно осуществить разворот к новому, продуктивному образованию, направленному на развитие таких универсальных способностей и компетенций обучающихся, как способность к самообразованию, развитие навыков ориентации в информационных потоках, развитие умений ставить и решать проблемы

Наряду с перечисленными возможностями у обучающихся формируются и такие качества как:

- потребность узнавать новое;
- умение применять те или иные навыки;
- восприятие другого человека или проявление его деятельности в различных сферах

Приложение №3. Методическая разработка мастерской по теме: «Моделирование практического занятия для формирования исследовательских навыков учащихся с практической частью «Определение жёсткости воды», Браташ Светлана Петровна, учитель химии

ПЕДАГОГ-СТРЕССОУЙСТОЙЧИВАЯ ЛИЧНОСТЬ. ЭКОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ.

Еще Ян Амос Коменский выводил законы обучения и воспитания, исходя из законов природы. Сама природа понимается не только как внешняя по отношению к человеку среда - она включает в себя человека. Отношение к природе тесно связано с семейными, общественными, производственными, межличностными отношениями человека. Охватывает все сферы сознания: научную, политическую, идеологическую, художественную, нравственную, эстетическую, правовую. С традиционной точки зрения мир существует для человека, который выступает мерой всех вещей, мерой же природы является ее полезность. Новая система ценностей исходит из понимания уникальности и самоценности природы. При этом человек рассматривается как часть природы, а при характеристике природы подчеркивается ее многосторонняя ценность для человека. Создание нового отношения человека к природе - задача не только социально-экономическая и техническая, но и нравственная. Она вытекает из необходимости воспитывать экологическую культуру, формировать новое отношение человека к своей природе, к своему здоровью

Содержание понятия "здоровье" выходит далеко за рамки медицинской ответственности, т.к. касается индивида. Здоровье выступает как мера качества жизни, а здоровье нации - это конечный результат политики государства, создающего возможность гражданам относиться к своему здоровью как к непреходящей ценности, как к основе продления здорового рода, сохранения, совершенствование трудового потенциала, как к развитию генофонда творчества и духовности человека. Мы имеем факты не только высокого уровня заболеваемости, но и свидетельства вырождения генофонда нации, снижение геополитической роли Духа, интеллекта и людской массы россиян в развитии земной цивилизации. Вот почему нужен новый подход к здоровью человека, означающий, что в центре внимания должны быть здоровые мать, отец, ребенок, педагог. Поэтому, несомненно и то, что формирование мировоззрения связано с учителем. Герберт Уэллс говорил, что "ни один завоеватель не может изменить сущность масс, ни один государственный деятель не может поднять мировые дела выше идей и того поколения взрослых, с которыми имеет дело", а далее его мысль развивается Н.Рерихом: "... но Учитель, - я употребляю это слово в самом широком смысле этого слова - может совершать больше, нежели завоеватели и государственные главы. Они, Учителя, могут создавать новое воображение и освободить скрытые силы человечества» ("Мир Огненный")

Учительство как профессиональная группа отличается крайне низкими показателями физического и психического здоровья. И эти показатели снижаются по мере увеличения стажа работы в школе, поэтому необходима углубленная подготовка педагога по вопросам формирования и сохранения, как своего собственного здоровья, так и здоровья учащихся. Платон писал: педагог – особый стиль жизни, в котором всё направлено на счастье ребёнка, в котором «стараясь о счастье других, мы находим своё собственное».

Лицейский проект «Наука неотчуждения человека от природы», долго существовавший и развивающийся в лицее, основан на интегрированном методе обучения и оздоровления, проводимый в естественной среде обучения в андрагогическом взаимодействии. В течение учебного года у педагога недостаточно возможностей для повышения своей квалификации, нет времени уделять внимание своему здоровью. Учитель нуждается в повышении качества своей жизни, избавиться от привычных, но мешающих деталей. Такие возможности открываются в период отпуска — одного из важных преимуществ работы учителя. Мы проводили семинары для педагогов во время отпуска на лицейской территории здоровья, на базе оздоровительного загородного лагеря «Юность», который расположен в живописном экологически чистом месте: на берегу красивой сибирской реке

«Хайта», утопает в сосновом бору вдали от города. Позднее – в других местах, например, ООЦ «Галактика»

Законодательством не случайно предусмотрен для педагогов двухмесячный отпуск, и его надо провести эффективно, чтобы полноценно восстановить силы

Время отпуска — прекрасная возможность изменить некоторые свои привычки, заменить вредные полезными. Например, заняться здоровым образом жизни. Но в одиночку редко у кого получается, и мы думаем, что найдутся единомышленники среди семинаристов. Совместно можно заняться физической культурой, закаливанием под наблюдением опытных инструкторов. При этом не обязательно заниматься на тренажерах, играть в теннис или даже бегать трусцой. Самый доступный, полезный, практически лишенный противопоказаний и приятный вид восполнения недостатка физической активности — ходьба в индивидуально выбранном темпе. Для учителей, проводящих время в школе преимущественно стоя или сидя, такая нагрузка предупреждает заболевания сосудов ног. Для ходьбы, в одиночку или в приятной компании коллег, в сосновом бору с чистым воздухом есть много живописных мест: берег реки, подножье скал

Проект направлен на создание благоприятных условий для использования возможностей местности социально – психологической, психофизиологической реабилитации педагогов. Основу оздоровительной программы составляют физиотерапевтические и фитоингаляционные процедуры, активный отдых, физкультурные, спортивные занятия, занятия лечебной физкультуры

Смена впечатлений, радостных событий, новый круг общения, которых так не хватает многим учителям. Это поводы для каждодневных радостей. Не только позволять себе улыбаться, смеяться, веселиться, но и находить для этого поводы и ситуации. Мы учимся владеть приемами психофизической саморегуляции, аутогенной тренировкой. Именно на отдыхе можно научиться по несколько раз в день расслабляться, не думая о делах и времени. Воспитательное значение природы трудно переоценить. Общение с природой положительно влияет на человека, делает его добрее, мягче, будит в нем лучшие чувства. Чтение любимых книг, экскурсии, интеллектуальные и развлекательные мероприятия помогут педагогам восстановить психологическое и духовное здоровье

Последнее время много говорят и пишут о профессиональном выгорании, имеющем непосредственное отношение к учителям и их работе. Этот синдром выражается в состоянии физического утомления и разочарования, истощения и износа, которое происходит в результате сильно завышенных требований к собственным ресурсам и силам и которое возникает у людей, занятых в профессиональных сферах «человек —

человек». В процессе выполнения любой работы людям свойственно испытывать физические и нервно-психические нагрузки. Условия работы учителя включают, кроме большого нервно-психического напряжения, такие факторы, как гиподинамия, повышенная нагрузка на зрительный, слуховой и голосовой аппараты, отсутствие эмоциональной разрядки, принудительный характер общения, большое количество контактов в течение рабочего дня и др. При достижении определенного уровня напряжения организм начинает защищать себя. Это и проявляется разнообразными симптомами эмоционального выгорания

Здоровый учитель отличается цветущим видом, привлекательностью, заражая окружающих своей положительной энергией. Перед нами стоит цель - достижение здоровья естественным путем с учетом интересов, возрастных и физиологических возможностей участников, с помощью традиционных и нетрадиционных средств и методов оздоровления. В ряду факторов сохранения и укрепления здоровья ведущая роль принадлежит разнообразным средствам повышения двигательной активности

Здоровье - естественное состояние организма, результат его совершенной саморегуляции, гармоничного взаимодействия всех органов и систем между собой и всех их с окружающей средой. Поэтому решение проблемы оздоровления мы предлагаем решать комплексно:

1. здоровый сон (деревянные спальные корпуса);
 2. закаливающие процедуры:
 - обливание холодной водой, водные процедуры утром и купание после обеда;
 - хождение по чистому, теплomu песку на берегу реки, массаж стопы, что стимулирует биологически активные точки, улучшая адаптацию и повышая устойчивость всего организма;
 - закаливание носоглотки - полоскание горла прохладной водой, настоями трав или раствором соли и питьевой соды;
 3. оздоровительные гимнастики: дыхательная, гимнастика для глаз;
 4. массаж и самомассаж;
 5. работа фитобара: оздоровительные чаи и коктейли из плодов шиповника, успокаивающего действия, для улучшения пищеварения и другое;
- спортивные мероприятия: утренняя зарядка на свежем воздухе под музыкальное сопровождение; оздоровительные минутки на занятиях; спортивные состязания и спортивные праздники и многое другое

Разрабатываемый и внедряемый комплекс медико-биологических и психолого-педагогических, диагностических и оздоровительно-профилактических средств направленный на:

1. повышение мотивации педагогов активно сохранять своё здоровье;

2. уменьшение уровня заболеваемости и выделение основных факторов «риска» индивидуального развития педагогов;
3. снижение уровня функциональной напряженности педагогов;
4. проектирование адекватных по возрасту, полу, индивидуальным возможностям организма психологических технологий с целью создания реальных возможностей для перехода стрессовой реакции адаптации в толерантную;
5. формирование профессиональной психологической и здоровьесберегающей компетенции преподавателей в области конфликтологии, психологии здоровья, механизмов стрессоустойчивости;

ВВОДИМ ЧП! Нет-нет! Это не ЧП регионального масштаба! Это четыре программы инновационного форсайт-курса ЧП «Разум чемпиона» или Победная стратегия или Тренируй сознание». Мы хотим, чтобы в этом напряженном кругу, учитель не только сохранил, но и преумножил свое ЗДОРОВЬЕ! Поэтому «появляются» тренеры мышления:

1. «Приручай нервы»
«Мурашки должны бегать строем» (Советы спортивных психологов).
Излишняя нервозность мешает всему!
2. «Контролируй дыхание»
Чтобы стать победителем, необходимо поддерживать максимальный тонус мышц, для чего дышать нужно глубоко и ровно. «Дыхание определяет, станете ли вы лучшим или потерпите неудачу» (Карола Спидс)
3. «Тренируй мышцы уверенности»
Для успеха не оценимую роль играет уверенность в себе. «Каждый промах приближает меня к победе» (Бейб Рут)
4. «Готовься к битве»
«Все зависит от того, как готовишься к битве» (Хэнк Аарон). Простая и надежная схема подготовки даст вам фору перед соперниками

Идеи для курса взяты из бестселлера – 2018 Джима Афремова «Разум чемпионов», издательство «Азбука/Бизнес», Москва.

Это простые, но действенные стратегии, которые помогут раскрыть свой потенциал по максимуму!

СОВМЕСТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА И ОБУЧАЮЩЕГОСЯ.

Естественно, что экологическая компетенция не должна и не может формироваться только сугубо для самого учителя. Вся эта работа проходит

совместно с обучающимися. Почти во всех представленных мероприятиях дети – основные участники. Но есть и такие дела в лицее, где ребята являются застрельщиками и основными исполнителями. Так, в 2020 году был снят видеофильм – репортаж с экологических дебатов. **(Приложение №4. Муниципальный мастер-класс по дебатам «Экологические глобальные проблемы»)**

Работа на площадке «Дебаты» обеспечивает

1. повышение социальной активности обучающихся и формирование гражданской позиции через заинтересованность решения актуальных проблем;
2. применение дебатёрами навыков ораторского мастерства, полученных в ходе обучения, и получение практики публичных выступлений

Демонстрация возможностей и эффективности применения технологии «Дебаты» для обсуждения насущных серьезных вопросов на высоком уровне (особенно с точки зрения проработки темы)

Многолетняя работа по формированию экологической компетенции педагога ведется в лицее под руководством Игольницыной Людмилы Михайловны, доктора биологических наук (экология, гигиена), профессора ГАУ ДПО ИРО, за что инициаторы проекта из первого лицея города Усолье-Сибирское выражают ей огромную благодарность

Список использованной литературы

1. С.Д. Дерябо, В.А. Ясвин. Экологическая педагогика и психология. Ростов-на-Дону, 1996